圧力IH炊飯ジャー保証書

持込修理

取扱説明書・本体表示などの注意書きに従った使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理いたします。製品と本書をご持参のうえ、お買い上げの販売店にお申しつけください。製品のある場所での出張修理や製品輸送の場合は、出張料や輸送料などの実費を申し受けます。

型　名	NP-HE100BK	修理メモ
※お客様 お名前	☎	
ご住所	〒	
※お買い上げ日 年　月　日	※販売店名・住所	
保証期間 お買い上げ日より 本体1年	☎	

※印欄に記入のない場合は無効となりますので、必ずご確認ください。

1. ご転居・ご贈答品などでお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合は、弊社のお客様ご相談窓口にご連絡ください。
2. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
   (イ)使用上の誤りや不当な修理・改造による故障および損傷。
   (ロ)お買い上げ後の輸送・移動・落下などによる故障および損傷。
   (ハ)火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変、公害・塩害・虫害・ガス害(硫化ガスなど)、異常電圧・指定外の使用電源(電圧・周波数)などによる故障および損傷。
   (ニ)一般家庭用以外(たとえば業務用など)に使用された場合の故障および損傷。
   (ホ)車両・船舶などに搭載された場合の故障および損傷。
   (ヘ)本書のご提示がない場合。
   (ト)本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書きかえられた場合。
   (チ)消耗品などの交換。
3. 本書は日本国内においてのみ有効です。
   This warranty is valid only in Japan.
4. 本書は盗難・火災などの不可抗力以外で紛失された場合は再発行いたしませんので大切に保管してください。

●お客様にご記入いただいた記載内容は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。
●この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によって保証書を発行している者(保証責任者)およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にお問い合わせください。

象印マホービン株式会社
〒530-8511 大阪市北区天満1丁目20番5号 ☎(06)6356-2451

NP-HE.BK

圧力炊飯するため PSCマーク・SGマーク取得

PSCマーク

経済産業省が定めた「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべ及び圧力がまの安全基準に適合していることを示します。

SGマーク

製品安全協会が定めたSG基準に合格したことを示し、万一製品の欠陥による人身事故が生じた場合、賠償措置がとられます。

NP-HE.BK型 Ⓒ Ⓑ

ZOJIRUSHI

家庭用

圧力IH炊飯ジャー 極め炊き®

型名 NP-HE100BK 型 1.0Lサイズ

取扱説明書・お料理ノート

●圧力IH炊飯ジャーは内部が高圧になるため、取り扱いを誤ると危険です。この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。

●このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございました。
●お読みになったあとは、大切に保管してください。

保証書つき

もくじ

安全上のご注意 必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産の損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危険や損害の程度を、次の区分で説明しています。

⚠警告	死亡や重傷に結びつく恐れがある内容です。
⚠注意	軽傷または家屋・家財などの損害に結びつく恐れがある内容です。

■お守りいただく内容を、次の区分で説明しています。

してはいけない「禁止」内容です。

実行しなければならない「指示」内容です。

⚠ 警　告

圧力炊飯を安全にするために

炊飯中に圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です。

内容物がふき出して、やけど・けがをする恐れがあります。

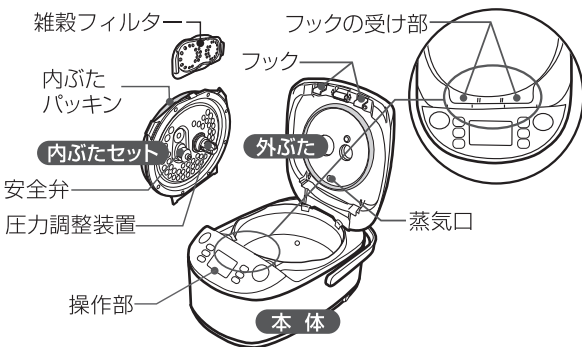
取扱説明書・お料理ノートに記載の炊飯・保温・パンメニュー以外の用途に使わない

蒸気経路が詰まり、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開く恐れがあります。
- 分量の増えるねりもの(はんぺんなど)や煮豆などの豆類を主に使う料理
- 急激に泡の出る重そうなどを使う料理
- のり状になるカレーやシチューのルーなどの料理
- 多量の油を入れる料理
- ジャムなどの泡立つ料理
- 食材をポリ袋などに入れて加熱する料理
- クッキングシートなどの落としぶたを入れた料理や蒸し物
- 「七草がゆ」などの青菜入りのおかゆは最初から青菜を入れて炊かない

圧力炊飯中は絶対に外ぶたを開けたり移動させない

圧力炊飯まえに、フックの周囲・フックの受け部・本体と外ぶたの間・内ぶたパッキン・圧力調整装置・安全弁・雑穀フィルター・蒸気口の周囲にご飯粒や米粒などの異物がないことを確認し、外ぶたは「カチッ」と音がするまで確実に閉める

- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。
- ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが開かなくなることがあります。

炊飯の途中に外ぶたを開ける場合は、操作部の圧力表示が消えているのを確認してから、外ぶたを開ける

改造はしない。また、修理技術者以外の人は分解したり修理をしない

火災・感電・けがの原因になります。修理はお買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にご相談ください。

蒸気口に手を触れない

やけどをすることがあります。
特に乳幼児にはさわらせないようご注意ください。

●お買い上げの製品と本書に記載したイラストは異なることがあります。

ぬれた手で差込みプラグを抜き差ししない

感電・けがをすることがあります。

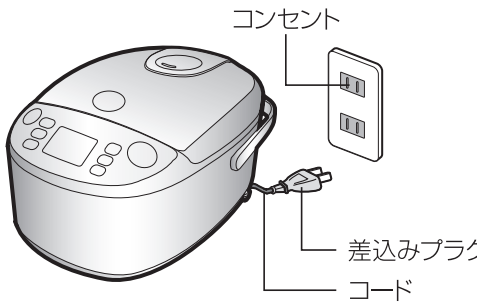
水につけたり、水をかけたりしない 本体内部にも水を入れない

ショート・感電の恐れがあります。

コードや差込みプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない

感電・ショート・発火の原因になります。

コードを傷つけない

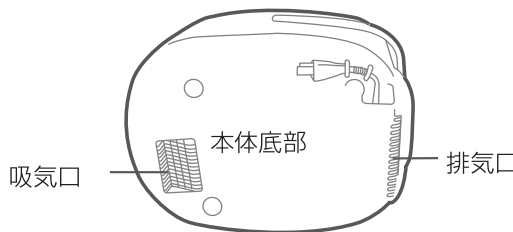
無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりするとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

差込みプラグに蒸気を当てない

コンセントに差した差込みプラグに蒸気を当てるとショート・発火の原因になります。スライド式テーブルでは差込みプラグに蒸気が当たらない位置でお使いください。

子供だけで使わせたり幼児の手の届くところで使わない

やけど・感電・けがをする恐れがあります。

吸・排気口やすき間にピンや針金および金属物などの異物を入れない

感電・異常動作してけがをすることがあります。

交流100V以外では使用しない

火災・感電の原因になります。

差込みプラグはコンセントの奥までしっかり差し込む

感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

定格15A以上のコンセントを単独で使う

他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して発火することがあります。

差込みプラグの刃(プラグの先端)および刃の根元にほこりが付着している場合は、よくふく

火災の原因になります。

安全上のご注意 必ずお守りください つづき

⚠ 警　告

異常・故障時には直ちに使用を中止する そのまま使用すると発煙・発火・感電・けがに至る恐れがあります。

〈異常・故障例〉
- 差込みプラグ・コードが異常に熱くなる
- コードに傷がついたり、触れると通電したりしなかったりする
- 本体が変形したり、異常に熱い
- 本体から煙が出たり、焦げくさいにおいがする
- 本体の一部が割れたり、ゆるみやがたつきがある
- 炊飯中、底部のファンが回っていない　　など

このような場合は、すぐに差込みプラグを抜いて、販売店に必ず点検・修理を依頼する

⚠ 注　意

使用中や使用直後は、高温部に触れない また外ぶたを開けるときの蒸気、ご飯を ほぐすときには手がなべなどに当たら ないように注意する

やけどの原因になります。

特に
内ぶたセット、
なべなどの金属部

本体を持ち運ぶときは、プッシュボタンに触れない

外ぶたが開いて、けが・やけどをすることがあります。

水のかかるところや、火気の近くでは使用しない

感電・漏電・変形の原因になります。

専用なべ以外は使用しない

なべが過熱したり、異常動作の原因になります。

壁や家具の近くで使わない キッチン用収納棚などで使うときは、中に蒸気がこもらないようにする

蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因になります。

不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない 火災の原因になります。

本体を持ち運ぶときは、本体が傾かないようにする

内容物によってはこぼれる場合があります。

アルミシート・電気カーペットの上で使用しない

アルミ材が発熱し、発煙・発火の原因になります。

荷重強度が不足しているスライド式テーブルでは使わない

スライド式テーブルが破損して炊飯ジャーが落下し、けが・やけどの原因になります。
荷重強度は15kg以上のものをお使いください。

使用時以外は、差込みプラグをコンセントから抜く

けが・やけど・絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。

お手入れは冷めてから行う

高温部に触れ、やけどの恐れがあります。

差込みプラグを抜くときは、コードを持たずに必ず先端の差込みプラグを持って引き抜く

感電・ショートして発火することがあります。

コードを巻き取るときは差込みプラグを持って行う

差込みプラグが当たって、けがをすることがあります。

心臓用ペースメーカーなどをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよくご相談ください

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

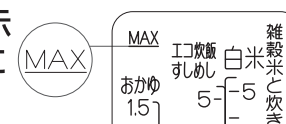
お願い

磁気に弱いものを近づけない

テレビ・ラジオ・インターホン・無線機・電話などは、雑音の入る恐れがあります。キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテープなどは、記憶が消える恐れがあります。

本体（特に蒸気口）には、ふきんなどをかけない

本体や外ぶたなどの変形・変色の原因になります。

なべの3分の2（なべに表示しているMAXの線）以上に水を入れて炊飯しない

なべに傷をつけたり変形させない

うまく炊けない原因になります。

本体庫内やなべにご飯粒や米粒などの異物がついたまま使用しない

うまく炊けない原因になります。

空だきをしない 故障の原因になります。

水をかけたり水分を含んだものの上に置かない

感電・故障の原因になります。

IHクッキングヒーターの上で使わない

故障の原因になります。

直射日光が当たる所で使わない

変色の恐れがあります。

他の電気機器に蒸気が当たる場所では使用しない

蒸気により、電気機器の火災・故障・変色・変形の原因になります。

吸・排気口をふさぐような場所（紙・布・じゅうたん・ビニール袋・アルミシートなどの上）で使用しない 故障の原因になります。

本体や本体のまわりは、清潔にして使用する

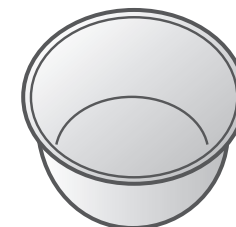
機能・性能を維持するため、本体には吸・排気口を設けてありますが、この穴からほこりや虫が入ると故障の原因になります。
また、虫などが入り故障した場合は、有料修理になります。

なべ内面のフッ素被膜を傷めないために

なべ内面のフッ素被膜は傷がつくと、はがれる原因になりますので、ていねいなお取り扱いをお願いします。フッ素被膜を傷めないために次のことをお守りください。

〈準備のとき〉
- 米に混じっている異物（石など）を取り除いてから米を洗う
- 泡立て器などで洗米しない
- 金属製のざるをあてて洗米しない
- 炊飯ジャー以外では使わない

〈炊き上がったとき〉
- なべで酢を混ぜない（すしめしなど）
- 金属製のおたまは使わない（おかゆなど）
- たたいたりしない（よそうときなど）

〈お手入れのとき〉
- スプーンや食器類を入れない
- 調味料を使った場合は、すぐに洗う
- スポンジなどの柔らかいもので洗う
- シンナー・ベンジン・みがき粉・たわし類（ナイロン・金属製など）・漂白剤などを使わない

お知らせ

なべ内面のフッ素被膜は使用により消耗します。
- 色むらができたり、はがれることがありますが、性能や衛生上の支障はありません。人体への影響（害）はなく炊飯・保温をするうえで問題なくご使用いただけます。
- フッ素被膜のはがれが気になるときや、なべが変形したときは、購入できます。→P.32

各部のなまえと扱い方

蒸気口
- 炊飯時に蒸気が出て高温になるので注意してください。

蒸気口セット

外ぶた

プッシュボタン
外ぶたを開けるときに押す
- 圧力式で密閉度を上げて炊くために開くまで少し時間がかかることがあります。
- 炊飯時に圧力がかかっているとき、プッシュボタンを押しても、安全のため、外ぶたは開きませんが故障ではありません。

ハンドル
持ち運びのときに使う

差込みプラグ

コード

出し方
差込みプラグを持って引く
（赤マーク以上引き出さない）

しまい方
差込みプラグを持って、2～3cm引いて戻すと自動的に巻き込む

操作部

吸気口（本体底部）

排気口（本体底部）

雑穀フィルター
異物が詰まるのを防ぎます。
- お手入れ後、必ず内ぶたセットに取りつけてください。
→ P.32

フィルターベース

内ぶたパッキン

圧力調整装置
炊飯時に圧力の調整を行う
- 分解しないでください。お手入れ方法は
→ P.29

内ぶたセット（表）

内ぶたセット（裏）

内ぶたセット止め具
内ぶたセットの取りはずし・取りつけのときに使う
- お手入れ後、内ぶたセットを必ず取りつけます。
→ P.31

ふたセンサー

放熱板

外ぶたパッキン

蒸気口

内ぶたとっ手
（左右2ヵ所）
内ぶたセットを持ち運ぶときに使う

なべ

しゃもじ受け取りつけ部（左右2ヵ所）

しゃもじ受けのつけ方
- 2ヵ所のツメを本体に強めに押しつけながら（①）、脚をしゃもじ受け取りつけ部の穴に差し込む（②）

しゃもじ受けのはずし方
- しゃもじ受けをひねりながらはずす

①
②
脚
ツメ
しゃもじ受け取りつけ部

安全弁
圧力調整装置が目詰まりしたり、故障などの場合に異常な圧力を抜くなどの安全機構
- 分解しないでください。お手入れ方法は
→ P.29

本 体

サイドセンサー（本体内側）

操作部

- キーは確実に押してください。
- 報知音の変化や、「炊飯/再加熱」キー、「とりけし」キー中央の（●、▬）は、目の不自由な方へ配慮したものです。

表示部
（すべてを表していますが、お使いになる中でこのような表示はしません。）
液晶部を布などでこすると黒い線が出る場合がありますが故障ではありません。（静電気による現象でありしばらくすると、もとに戻ります。）

「とりけし」キー
操作設定の取り消しや作動中の機能を中止するときに使う

「無洗米」キー
無洗米を炊くときに使う →P.11、P.12

「予約」キー
食べたい時刻に自動的に炊き上げるタイマー予約炊飯のときに使う
→ P.18

「メニュー」キー
メニューを選ぶときに使う
→ P.11

「炊飯/再加熱」キー
炊飯や再加熱をするときに使う

「保温選択」キー
「うるつや保温」や「保温切」を選ぶときに使う → P.16

圧力表示
圧力がかかっているときに表示する

「時刻合わせ」キー
予約時刻や現在時刻を合わせるときに使う
→ P.9、P.18

付属品

おいしく炊いて・おいしく保温

おいしく炊く

●米を正しく計る
必ず付属の計量カップすりきりで計ります。計量米びつや市販のカップ（200mL）では、差が出ます。

●手早く洗う　米を手早く「洗う」ために、水をためるボウルを用意してください。

①すすぐ・・・最初はたっぷりの水で大きく2～3回かき混ぜ（約10秒以内）、水はすぐに捨てる（2回繰り返す）
②洗　う・・・手の指を立て、米を30回（約15秒）かき混ぜるようにして洗い、その後たっぷりの水で大きくかき混ぜ、水はすぐに捨てる
これを1セットとして2～4セット繰り返す
③すすぐ・・・最後にたっぷりの水で手早く2回すすぐ

ボウルにためたたっぷりの水を使ってすすぐ！
指を立て、かき混ぜるように洗う！

（①～③を10分以内で行えるようにする）

注意！ 湯（35℃以上）で洗米や水加減しないでください。ご飯がうまく炊けない原因になります。

●正しく水加減をする

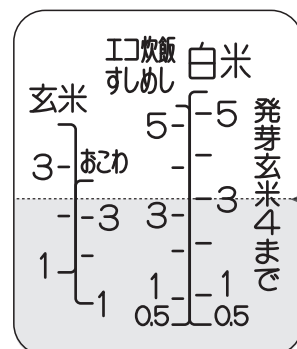
米の種類	軟質米・胚芽精米	新米	古米・硬質米
水加減	水位目盛どおり	水位目盛より少なめ	水位目盛より少し多め

白米・無洗米とも3カップのとき

玄米　エコ炊飯 すしめし　白米　おこわ　発芽玄米4まで

水位目盛の白米「3」まで水を入れる

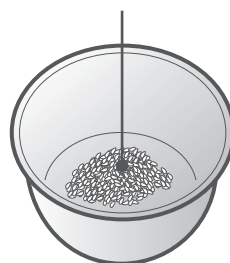
●アルカリ度の強い水を使わない
アルカリ度の弱い水（pH９以下）を使用してください。黄変したり、べたついたご飯になります。

●炊き上がったら、すぐにほぐす
熱いうちにご飯をほぐすことで余分な水分が逃げ、ふっくらおいしくなります。炊き上がり10分以内が目やすです。そのままにしておくとご飯がかたまったり、べたついたり、焦げたりします。

おいしく保温

●なべの中でご飯を保存する場合は、必ず「うるつや保温」を使う
- 差込みプラグを抜いた状態、または「うるつや保温」を取り消した状態で、なべの中でご飯を保存するといやなにおいの原因になります。
- 「保温切」の加熱が終了したあとは、ご飯をそのままにせず取り出し、お早めにお召し上がりください。べちゃつき・いやなにおい・変色の原因になります。

●ご飯の乾燥・べちゃつき・いやなにおい・変色を防ぐために、このような保温はしない
- 少量のご飯を長時間保温
- 30時間以上（メニューによって異なります。）
- ご飯のつぎたし
- 冷めたご飯からの保温
- おかゆ、炊きこみ・おこわなどの具や調味料を加えて炊いたご飯
- コロッケ・みそ汁などご飯以外のもの
- しゃもじを入れたまま

●少量のご飯はなべ中央に盛る
- 保温するご飯の量が少なくなった場合は、乾燥したり、べちゃつきやすくなりますので、なべ中央に盛って保温してください。

なべ中央に盛る

時刻の合わせ方　報知音の種類と切りかえ方

時刻の合わせ方

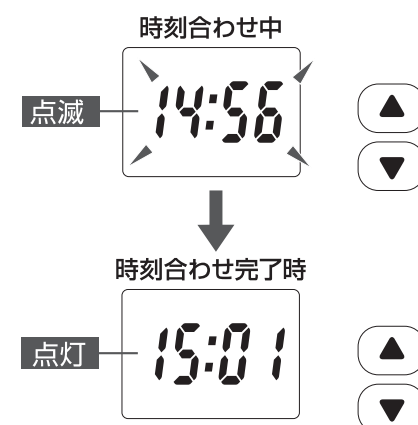
時計は24時間表示です。室温などにより多少誤差を生じることがあります。
時刻がずれているときは、次の手順で合わせてください。
- 時刻がずれていると、予約した時間に炊き上がりません。
- 炊飯中・再加熱中・うるつや保温中・保温切中・タイマー予約炊飯中は時刻合わせできません。

例：現在時刻が15:01で、表示が14:56のとき

1 なべを入れ、差込みプラグを差し込む

2 「時刻合わせ」キーの▲または▼を押し、表示を現在時刻に合わせる
時刻表示が点滅する

▲キー：1分単位で進む
▼キー：1分単位で戻る

●押し続けると10分単位で早送りができます。

3 点滅が点灯にかわると時刻合わせ完了
現在時刻に合わせたあと、3秒たつと点滅が点灯にかわります。

報知音の種類と切りかえ方

●この製品にはお知らせメロディー機能がついています。炊飯開始・タイマー予約操作完了・炊飯終了などをメロディー音で報知する機能です。

報知音を次の中から選ぶことができます。

報知の種類とタイミング

報知の種類と用途 ＼ 鳴るタイミング	メロディー報知 この製品の標準の報知音。工場出荷時は、この設定になっています。	ブザー報知 メロディー報知をブザー音に変えたいときに。	サイレント報知 報知音を消したいときに。
炊飯（パン調理）を開始するとき	きらきら星	「ピッ」	
タイマー予約操作が完了したとき	きらきら星	「ピッ」	
炊飯（パン調理）・再加熱が終了したとき	アマリリス	「ピー」×5回	鳴りません

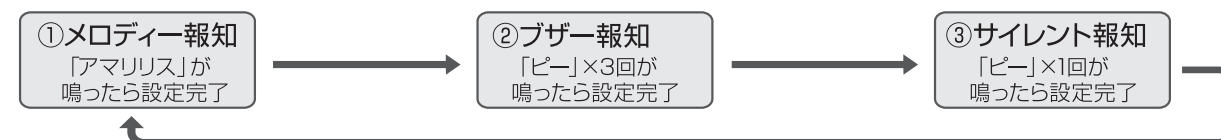
切りかえ方法

1 なべを入れ、差込みプラグを差し込む

2 予約 を3秒以上押す

3 切りかえたい報知の設定完了音が鳴ったら切りかえ完了

- 再加熱開始時のメロディー音は切りかえることができません。
- 炊飯中・再加熱中・うるつや保温中・保温切中・タイマー予約炊飯中は切りかえることができません。
- 操作がうまくできないときは再度**1**からやり直してください。

報知の切りかわりと設定完了音　●報知は「予約」キーを3秒以上押すごとに①→②→③と切りかわります。

- 一度切りかえると切りかえた報知音は差込みプラグを抜いても記憶されます。

ご飯の炊き方

基本的な炊き方

●工場出荷時の炊飯メニューは「エコ炊飯」に設定されています。
●初めてお使いになるときは、なべ・内ぶたセット・蒸気口セット・付属品を洗ってください。 →P.28～P.32

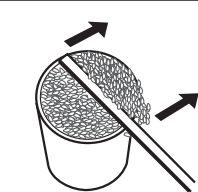
1 炊飯まえに確認する

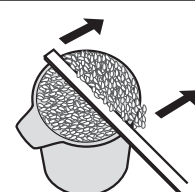
右図の各部にご飯粒などの異物が付着しているときはお手入れをしてください。 →P.29

●ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。

2 付属の計量カップで米を計る

米の計量は、付属の計量カップを用い、すりきりで計ります。

白米・玄米・発芽玄米

「白米用」の計量カップで約180mL（約1合）

無洗米

「無洗米専用」の計量カップで約171mL（約1合）

3 米を洗って、水加減をする

米の洗い方 →P.8「おいしく炊く/手早く洗う」参照

平らな台の上で米に水を加えて、炊きたいメニュー・米のカップ数の目盛に合わせてください。 →P.14
米を平らにならします。

●水に浸さなくてもすぐに炊けます。浸しておくと、少しやわらかめに炊き上がります。

無洗米を炊く場合

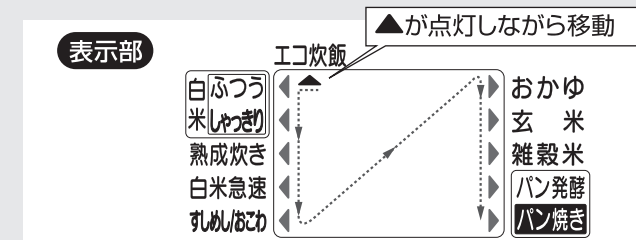
無洗米のひと粒ひと粒が水になじむように、2～3回やさしくかき混ぜてから水加減をする

水位目盛は、白米の場合と同じです。
●無洗米は、精米製法などにより米の表面にデンプン質が多く残っている場合があります。米のデンプン質で、水が白くにごっていると焦げ・ふきこぼれ・炊き上がりが悪くなる原因になります。白くにごるときは、1～2度水を入れかえてすすぎます。

4 なべを本体に入れて、内ぶたセットと蒸気口セットを取りつけ、外ぶたを閉め、差込みプラグを差し込む

なべ外側・本体庫内・内ぶたセット・蒸気口セットの水分や異物をふき取ってください。
●雑穀フィルターを必ず内ぶたセットに取りつけてください。
●圧力式炊飯のため、パッキンの密閉度が高く、外ぶたを閉めるときにかたいことがあります。外ぶたは「カチッ」と音がするまでゆっくりと確実に閉めてください。

5 (メニュー) を押して、メニューを選ぶ

キーを押すごとに、表示部の「▲」が移動します。

●キーを押し続けると、メニューが連続で進みます。「エコ炊飯」に戻ると止まります。
●「エコ炊飯」・「白米（ふつう・しゃっきり）」・「熟成炊き」・「玄米」・「雑穀米」は、一度選んで炊飯すると、次に選び直して炊飯するまで記憶されます。

無洗米を炊く場合

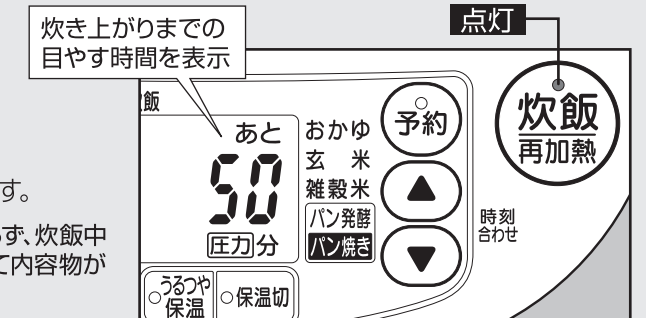
(無洗米)を押し、表示部に 無洗米 が表示されたら、(メニュー)を押してメニューを選ぶ

●無洗米選択中に「玄米」・「パン発酵」・「パン焼き」は選べません。
→P.12「無洗米選択」参照

6 (炊飯/再加熱) を押す

炊飯/再加熱ランプが点灯し、炊飯開始のメロディー（ブザー）が鳴ります。
表示部に炊き上がりまでの目やす時間（分）を表示します。

●ご飯粒や米粒などの異物があると外ぶたが完全に閉まらず、炊飯中に外ぶたと本体の間から蒸気がもれたり、外ぶたが開いて内容物がふき出す恐れがあります。
●うるつや保温ランプまたは保温切ランプが消えているか確認して「炊飯/再加熱」キーを押してください。
保温ランプが点灯していると「再加熱」に入ります。 →P.17
●炊飯中に現在時刻を知りたいときは「時刻合わせ」キーの(▲)または(▼)を押してください。内蔵のリチウム電池が切れて、現在時刻を合わせていないときは、現在時刻は表示されません。
●炊飯中に現在の保温設定を知りたいときは「保温選択」キーを押してください。選択中の保温（うるつや保温・保温切）ランプが点灯します。

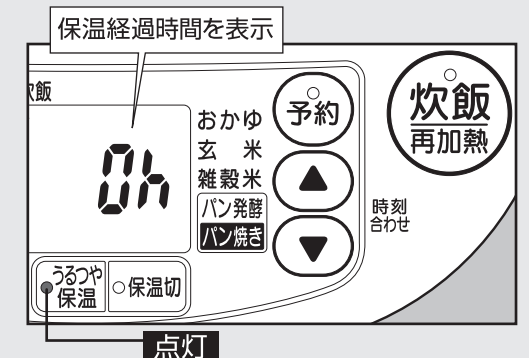
炊き上がりまでの目やす時間を表示
点灯
あと 50 圧力 分
おかゆ 玄米 雑穀米 パン発酵 パン焼き
予約 炊飯 再加熱 時刻合わせ
うるつや保温 保温切

●炊き上がりまでの残り時間は目やすです。実際の炊き上がり時間は室温・水温・電圧・水加減などによりかわります。
●むらしに入ると炊き上がりまでの残り時間を調整します。調整の際、残り時間が一度に進んだり、戻ったりする場合があります。

7 炊き上がりのメロディー（ブザー）が鳴り、保温に切りかわったらすぐにご飯をほぐす

蒸気が出ていないことや 圧力 の表示が消えていることを確認してから外ぶたを開けてください。

炊き上がると自動的に保温に移り、うるつや保温ランプまたは保温切ランプが点灯します。「うるつや保温」は1時間（h）単位で保温経過時間を表示、「保温切」は現在時刻を表示します。

すぐにほぐして余分な水分を逃がすことで、ご飯のかたまり・べたつき・焦げをおさえます。

●ご飯をほぐすときは、やけどに十分注意して行ってください。
●保温を取り消して、再び「うるつや保温」にすると「0h」の表示に戻ります。
●炊飯終了時の報知音は他の報知のしかたに切りかえることができます。→P.9

8 使用後は（とりけし）を押し、差込みプラグを抜く

お願い

蒸気が出ていないことや圧力の表示が消えていることを確認してから外ぶたを開けてください。
- ●炊飯途中で外ぶたを開けたり、炊飯を止める場合、「とりけし」キーを1秒以上押します。蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。
- ●圧力の表示が消えたあとでも、プッシュボタンが重く感じたら無理に外ぶたを開けず、冷ましてから開けてください。内容物がふき出して、やけどの恐れがあります。
- ●圧力をかけているメニューでは、圧力がかかり始めてから保温になるまでは、安全のため、外ぶたを開けないでください。

お知らせ

- ●炊飯の状態により、炊き上がったご飯の底面がうすく焦げることがあります。
- ●米をつつみこんで炊くために、ご飯の中央部がややくぼむことがあります。
- ●連続して炊く場合や保温をやめてすぐ炊く場合は50分以上冷ましてください。本体や外ぶたの温度が高いとうまく炊けません。

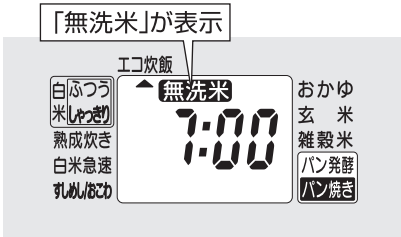
アドバイス 本体や外ぶたを早く冷ましたい場合、下記の方法をお試しください。
・なべに冷水を入れ、本体庫内を冷やす
・外ぶたを開け、内ぶたセットをはずして放熱板を冷ます

無洗米選択

無洗米選択のしかた

1 （無洗米）を押し、表示部に 無洗米 を表示させる

●「玄米」・「パン発酵」・「パン焼き」がメニュー選択されている状態で「無洗米」キーを押すと、メニューは「エコ炊飯」へ移ります。

「無洗米」が表示

2 無洗米選択を完了

無洗米選択の解除

1 （無洗米）を押し、表示部の 無洗米 を消す

2 無洗米選択の解除を完了

炊き上がりまでの時間の目やす・圧力をかけているメニュー

		圧力をかけているメニュー	普通の米	無洗米
エコ炊飯		●	約56分～1時間2分	約56分～1時間2分
白米	ふつう	●	約51分～58分	約53分～1時間2分
	しゃっきり	●	約45分～52分	約42分～47分
熟成炊き		●	約1時間8分～1時間13分	約1時間4分～1時間14分
白米急速		●	約25分～35分	約25分～37分
すしめし			約57分～1時間3分	約58分～1時間6分
おこわ			約58分～1時間	約59分～1時間2分
おかゆ			約1時間1分～1時間5分	約1時間2分～1時間5分
玄米		●	約1時間11分～1時間25分	――
雑穀米		●	約54分～1時間3分	約1時間1分～1時間11分
炊きこみ※		●	約54分～57分	約53分～1時間1分
発芽玄米※		●	約57分～1時間	約57分～1時間6分

●電圧100V・室温20℃・水温18℃の場合。
●時間は炊飯をはじめてから保温になるまでの時間です。また電圧・室温・季節・水加減などによりかわります。
※炊きこみ・発芽玄米は、白米の「ふつう」メニューで炊いてください。

ご飯の炊き方 つづき

いろいろなご飯を炊く

●無洗米の計量は、「無洗米専用」の計量カップをご使用ください。
●無洗米をお使いの場合はP.10、P.11「無洗米を炊く場合」参照

メニュー ●「メニュー」キーに設定されているメニューです。

メニュー	米	選択メニュー	水位目盛	炊飯容量(カップ数)	アドバイス
エコ炊飯	白米/無洗米	エコ炊飯	エコ炊飯	0.5～5.5	●消費電力量をおさえてご飯を炊き上げます。少しかためにに炊き上がります。
白米 ふつう	白米/無洗米	白米 ふつう	白米	0.5～5.5	●この製品の標準(ふつう)のかたさに炊き上げます。
白米 しゃっきり	白米/無洗米	白米 しゃっきり	白米	0.5～5.5	●粘り少なめで、しゃっきりとしたご飯に炊き上げます。
熟成炊き	白米/無洗米	熟成炊き	白米	0.5～5.5	●じっくりと時間をかけて米の旨みをひきだすメニューです。
白米急速	白米/無洗米	白米急速	白米	0.5～5.5	●白米を早く炊きたいときに選びます。少しかためにに炊き上がります。
すしめし	白米/無洗米	すしめし/おこわ	すしめし	0.5～5.5	
おこわ	もち米・白米/無洗米	すしめし/おこわ	おこわ (もち米と白米を混ぜた場合は少し多め)	1～4	●具は水加減をしたあと、米の上にのせます。 ●調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。
おかゆ	白米/無洗米	おかゆ	おかゆ	0.5～1.5	●具は米の質量(重さ)の30～50%が適量です。 ●具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。 ●煮えにくい具は、やや少なめにしてください。 ●**青菜類は、あらかじめゆでるなどし、必ず炊き上がってから加えます。** ●玄米・分づき米は炊けません。
玄米	玄米	玄米	玄米	1～4	●白米を混ぜて炊飯するとふきこぼれたり、うまく炊けないことがありますので、おすすめできません。
雑穀米	雑穀米・白米/無洗米	雑穀米	白米	0.5～4	●白米や無洗米に雑穀を混ぜる割合は、炊飯量の10%以下にします。 ●雑穀の種類や配合によってかたさが異なります。

その他 ●選択メニュー欄にあるメニューで炊飯できます。

その他	米	選択メニュー	水位目盛	炊飯容量(カップ数)	アドバイス
炊きこみ	白米/無洗米	白米 ふつう	白米	0.5～4	●具は米の質量(重さ)の30～50%が適量です。 ●具は小さめに切り、米の上にのせて米と混ぜずに炊きます。 ●調味料はだし汁や水などで薄めて米に加え、水加減したあと、なべの底からよく混ぜます。薄めなかったり、よく混ぜないと焦げがきつくなったり、うまく炊けないことがあります。
麦混ぜご飯	白米/無洗米・押し麦	白米 ふつう	白米	0.5～5.5	●押し麦を混ぜる割合は、炊飯量の20%以下にします。 **(例)1カップ炊飯の場合 白米:0.8カップ/押し麦:0.2カップ**
胚芽精米	胚芽精米	白米 ふつう	白米	0.5～5.5	●洗米は胚芽が取れないよう、優しく手早く洗います。(胚芽は取れやすいため)
発芽玄米	発芽玄米・白米/無洗米	白米 ふつう	白米	0.5～4	●タイマー予約炊飯および30分以上浸しての炊飯はしないでください。 ●発芽玄米の種類によっては、ふきこぼれたり、うまく炊けないことがあります。 ●発芽玄米機を使用して作った発芽玄米をお使いになる場合の炊き方は、発芽玄米機を販売しているメーカーに直接問い合わせてください。
分づき米 (3分づき)	3分づき米	玄米	玄米 (玄米の水位目盛より少し少なめ)	1～4	●銘柄や精米度によっては、ふきこぼれたり、うまく炊けない場合があります。 **→水加減をしてください。**
分づき米 (5分・7分づき)	5分・7分づき米	白米 ふつう	白米 (白米の水位目盛より少し多め)	1～4	

エコ炊飯について

ご飯がかたく感じるときは、次のようにするとやわらぎます。
●炊き上がってほぐしてから、しばらく置く
●あらかじめ米を浸してから炊飯する

1回当たりの炊飯時消費電力量の比較

	1.0L(3カップ)
エコ炊飯	138Wh
白米 ふつう	208Wh

省エネ法：特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値

うるつや保温　保温切

保温選択のしかた

●炊飯まえに保温の選択をしておくことができます。
工場出荷時は「うるつや保温」に設定されています。

1 **差込みプラグを差し込む**

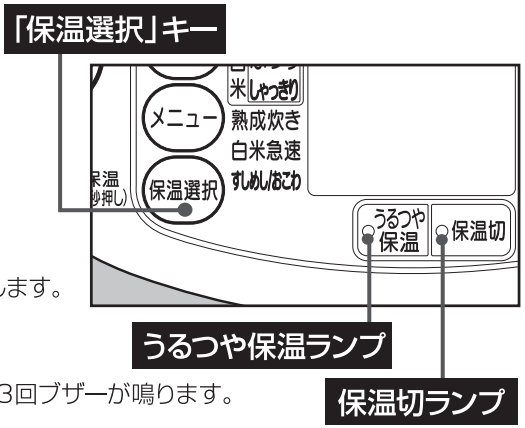
2 **(保温選択)を押して「うるつや保温」または「保温切」を選ぶ**

うるつや保温ランプまたは保温切ランプ点滅中に「保温選択」キーを押すと、「うるつや保温」⇔「保温切」が切りかえられます。選択した保温ランプが点滅します。

「保温選択」キー
うるつや保温ランプ
保温切ランプ

3 **保温ランプが消灯すると、保温設定完了**

保温選択後、3秒経過すると選択した保温ランプが点灯にかわり、「ピー」×3回ブザーが鳴ります。点灯している保温ランプが消灯したら保温設定が完了です。

保温中も「保温選択」キーを押すと「うるつや保温」⇔「保温切」が切りかえられます。

うるつや保温

<特長> ●**最適な温度コントロールで、ご飯の劣化(乾燥・変色・におい)をおさえます。**

●下の表に記載されている保温時間は必ず守ってください。炊飯終了後、全メニューが保温になりますが「×」のメニューは保温をしないでください。腐敗やいやなにおいの原因になります。

エコ炊飯・白米(ふつう・しゃっきり)・熟成炊き・白米急速・すしめし	玄米・雑穀米・発芽玄米・分づき米	おこわ・おかゆ・炊きこみ	ご飯の温度が低いとき
30時間まで	12時間まで	×	×

■各メニューで表の時間を超えると数字が点滅してお知らせします。お早めにお召し上がりください。「×」のメニューは「0h」から点滅します。

■「発芽玄米」および「5分・7分づき米」は「白米 ふつう」を選択メニューにしているため(P.15参照)、表に記載している12時間では点滅しませんが、「発芽玄米」および「5分・7分づき米」を炊飯した場合は12時間までの保温にしてください。

■「炊きこみ」は「白米 ふつう」を選択メニューにしているため(P.15参照)「0h」では点滅しませんが、「炊きこみ」を炊飯した場合は保温しないでください。

■「すしめし/おこわ」メニューは「0h」で点滅しませんが、「おこわ」を炊いた場合は保温しないでください。

●保温を取り消したあと、再度保温したいときは「保温選択」キーを3秒以上押してください。「うるつや保温」になります。ご飯やなべの温度が低いときは保温経過時間が点滅します。

●お手入れ不足、季節や住環境による室温、外ぶたの開閉、米の種類、洗米方法などにより、雑菌が繁殖しやすくなり、いやなにおいが発生する場合があります。においが気になる場合は、P.29「内側のお手入れ」を行ってください。

保温切

<特長> ●**保温せず炊きたてのご飯を楽しむ方におすすめです。**
●**内ぶたセットなどについたつゆが、ご飯の上に落ちるのをおさえるため、内ぶたセットを加熱します。**

●加熱中は保温切ランプが点灯します。**(ご飯の温度が低くなると、内ぶたセットへの加熱は自動的に終了します。)**
●「保温切」中は現在時刻を表示します。
●加熱が終了すると報知音が「ピー」と鳴り、保温切ランプが消灯します。加熱終了後は、つゆがご飯の上に落ちてべたつくため、お早めにお召し上がりください。
●すぐに加熱をやめたい場合は「とりけし」キーを押してください。

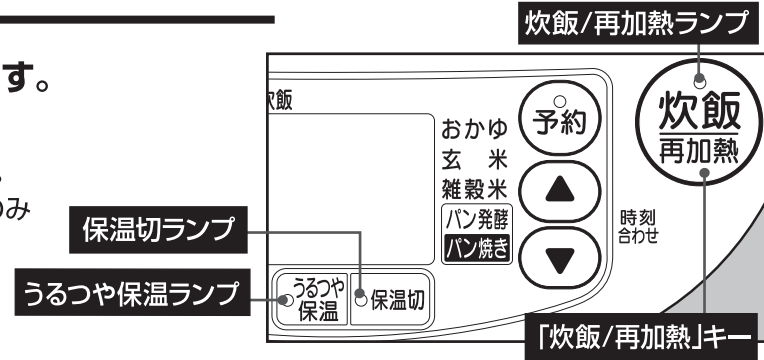
お知らせ

●「うるつや保温」と「保温切」は、一度選ぶと、次に選び直すまで記憶されます。
●「うるつや保温」中に現在時刻を知りたいときは、「時刻合わせ」キー(▲または▼)を押してください。もう一度「時刻合わせ」キーを押すと、保温経過時間に戻ります。保温経過時間に戻さない場合は、次に炊飯しても保温経過時間を表示しません。また、保温経過時間が点滅すると切りかえできません。
●なべの中でご飯を保存する場合は、必ず「うるつや保温」をお使いください。
●「パン発酵」・「パン焼き」メニューは保温できません。

あったか再加熱

保温中(うるつや保温・保温切)に使用します。

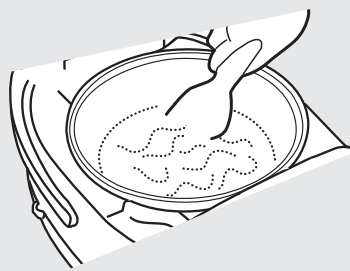
●保温中のご飯を加熱し、よりあたたかくできます。
●うるつや保温ランプまたは保温切ランプ点灯中のみ再加熱できます。

炊飯/再加熱ランプ
保温切ランプ
うるつや保温ランプ
「炊飯/再加熱」キー

1 **保温中のご飯をほぐし、平らにならす**

●ご飯がかたくなったり焦げたりすることがありますので必ずほぐしてください。
●少量のご飯を再加熱するときは、茶わん1杯(約160g)当たり大さじ1の打ち水をしてよくほぐし、なべ中央に盛るとご飯の乾燥がやわらぎます。
●ご飯をほぐすときは、やけどに十分注意して行ってください。

2   **を押す**

再加熱時間の目やす
約5分～8分

うるつや保温ランプまたは保温切ランプが点灯していることを確認してください。 → 再加熱開始時メロディーが鳴ります。 → 点灯しながら回転。 表示部に再加熱終了までの目やす時間(分)を表示。 炊飯/再加熱ランプが点滅。 → 再加熱終了後にメロディー(ブザー)が鳴り、うるつや保温ランプまたは保温切ランプが点灯します。

●保温(うるつや保温・保温切)ランプが点灯していないときに「炊飯/再加熱」キーを押すと炊飯を行います。必ず、保温(うるつや保温・保温切)ランプが点灯していることを確認してから、「炊飯/再加熱」キーを押してください。

3 **ご飯をほぐす**

●底のご飯が少しかたくなることがありますので、ご飯全体をよくほぐし、平らにします。
●ご飯をほぐすときは、やけどに十分注意して行ってください。

再加熱を中止して取り消し状態にしたいとき	・「とりけし」キーを押す
再加熱を中止して保温に戻したいとき	・「保温選択」キーを押す
次の場合は再加熱しないでください	・白米以外のとき(お焦げや変色の原因) ・再加熱の繰り返し(お焦げや乾燥の原因) ・ご飯の量が白米の水位目盛3以上あるとき(十分あたたまらない) ・ご飯が冷たいとき、またはなべの温度が低いとき (お焦げやにおいの原因、またはご飯がかたくなる原因)

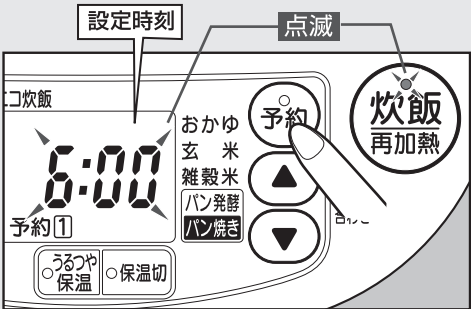
タイマー予約炊飯

●タイマー予約のまえに、現在時刻を合わせてください。
→P.9

●食べたい時刻に自動的にご飯を炊き上げます。2つの予約時刻を**「予約1」**と**「予約2」**で記憶します。
●工場出荷時は**「予約1」**は**6:00**、**「予約2」**は**18:00**に設定されています。

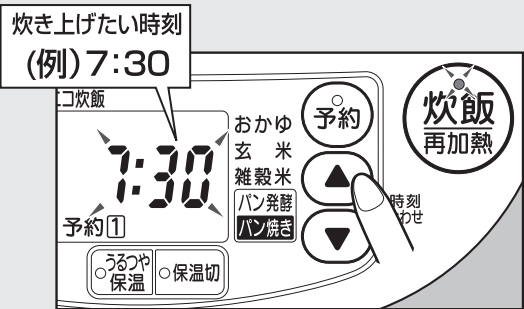
予約時刻を設定する

1 （予約）を押して、「予約1」（または「予約2」）を選ぶ

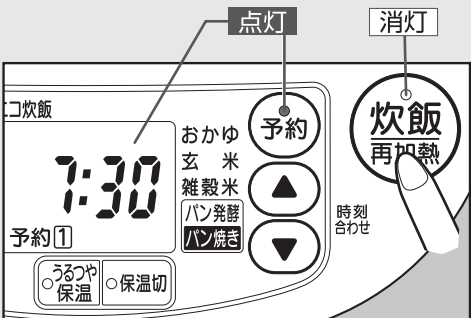
「予約1」に設定されている時刻・炊飯/再加熱ランプが点滅します。
●もう一度押すと**「予約2」**に設定されている時刻を表示します。

2 （メニュー）を押して、メニューを選ぶ

●「白米急速」・「雑穀米」・「パン発酵」・「パン焼き」のタイマー予約炊飯はできません。
●「おこわ」のタイマー予約炊飯はしないでください。

3 （▲）または（▼）で、炊き上げたい時刻に合わせる

●押し続けると10分単位で早送りができます。
●前回と同じ時刻で予約するときは、時刻合わせの必要はありません。

4 を押す

炊飯/再加熱ランプが消灯し、炊き上げたい時刻と予約ランプが点灯
メロディー（ブザー）が鳴ります。

●**「炊飯/再加熱」キーを押さないと、タイマー予約は完了しません。**

タイマー予約炊飯のおすすめ時間

		普通の米	無洗米
エコ炊飯		1時間15分～13時間まで	1時間15分～13時間まで
白米	ふつう	1時間5分～13時間まで	1時間5分～13時間まで
	しゃっきり	1時間5分～13時間まで	1時間～13時間まで
熟成炊き		1時間20分～13時間まで	1時間20分～13時間まで
すしめし		1時間10分～13時間まで	1時間10分～13時間まで
おかゆ		1時間20分～13時間まで	1時間20分～13時間まで
玄米		1時間30分～13時間まで	―

お知らせ

●**「おこわ」・「炊きこみ」の具や調味料を加えた状態でのタイマー予約炊飯はしないでください。具が腐敗したり、調味料が沈殿してうまく炊けないことがあります。**
●タイマー予約炊飯を取り消すときは、「とりけし」キーを押してください。
●予約中に現在時刻を知りたいときは、「時刻合わせ」キー（(▲)または(▼)）を押してください。
●予約中に現在の保温設定を知りたいときは「保温選択」キーを押してください。
選択中の保温（うるつや保温・保温切）ランプが点灯します。
●タイマー予約炊飯のときは、少しやわらかめに炊き上がります。
●タイマー予約炊飯のときは、炊き上がりまでの残り時間を表示しません。
●おすすめ時間未満で設定すると、ブザーが鳴り、すぐに炊飯をはじめます。
●夏場など室温が高いときは、米の浸しすぎによる腐敗を防ぐため、なるべく13時間以内（無洗米は8時間以内）で設定してください。
●発芽玄米のタイマー予約炊飯はしないでください。発芽玄米は水分を吸収しやすいため、うまく炊けない場合があります。
●室温または水温が低いときや電圧・水加減などにより、炊き上がり時刻に炊き上がらない場合があります。